

ISSN : 2443—1141

Higiene

PENELITIAN

Pengaruh Permainan Monopoli dalam Peningkatan Pengetahuan, Sikap, dan Tindakan Pola Konsumsi Buah dan Sayur Pada Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

Anisa Marini¹, Ratih Wirapuspita², Iriyani K^{3*}

Abstract

Children in general didn't like consumed vegetables and fruits, the levels of fruit and vegetables consumption in children was low. Game was one of its media to gives information that was fun for children, one of them was monopoly. Therefore, need for recognition of consumption pattern of fruits and vegetables through the game would improved the knowledge, attitudes and actions of the consumption pattern of fruits and vegetables. This research aimed to determine the effect monopoly game increase of knowledge, attitude and actions consumption pattern of fruits and vegetables to students SDN 021 Sungai Kunjang, Samarinda using quasy eksperiment with pretest-posttest with control group and an experimental group and a large sample of 32 students in each class control and 43 students in the eksperimental group. Sampling techniques is purposive sampling and data analysis using the *paired T-test*, *wilcoxon test*, dan *man whitney test* with significance $< 0,05$. The results showed that there were significant knowledge (*value*=0.000), attitude (*value*=0.000) and actions (*value*=0.000) of students before and after the intervention of monopoly game to increase knowledge, attitude dan actions of fruits and vegetables to students SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda. The suggestion of this research were cooperation between the school and the parents, and the guidance from health. The suggestion of this research were cooperation between the school and the parents, and the guidance from health care worker about the importance to eating fruits and vegetables to students to conduct training joint cooperation of UKS and small doctor in school.

Key Words : Monopoly, Knowledge, Attitude and Actions

Pendahuluan

Indonesia pada saat ini mengalami permasalahan gizi ganda, dimana ketika permasalahan gizi kurang belum terselesaikan, muncul permasalahan gizi lebih. Angka prevalensi obesitas di Indonesia menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 obesitas pada anak 5-12

tahun dengan status gizi obesitas sebanyak 8%. Di provinsi Kalimantan Timur bahwa anak yang mengalami obesitas pada umur 5-12 tahun mencapai angka 8,5% melebihi dari prevalensi obesitas nasional Indonesia itu sendiri.

Penyakit obesitas yang diderita sejak anak-anak kemungkinan besar akan berlanjut saat dewasa, gizi lebih atau obesitas dianggap sebagai sinyal awal, dan munculnya kelompok penyakit-penyakit degenerative/non infeksi yang sekarang ini banyak terjadi diseluruh pelosok Indonesia. Risi-

* Korespondensi : iriyanikamaruddin@gmail.com

^{1,2,3} Jurusan Kesehatan Masyarakat Universitas Mulawarman Samarinda

ko penyakit yang akan ditimbulkan akibat penyakit obesitas seperti hipertensi, diabetes tipe-2, jantung koroner, stroke, displipenemia, beberapa jenis kanker, penyakit kandung empedu dan osteoarthritis. (Kopelmen et al, 2005, Ogden et al, 2004).

Anak dapat diberikan stimulus yang akan meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap permasalahan kesehatan disekitarnya melalui permainan, salah satunya adalah permainan monopoli. Pada penelitian Alqotahun 2010 bahwa media permainan monopoli berpengaruh terhadap hasil belajar siswa³ dan didukung oleh penelitian Erma tahun 2012 ada peningkatan aktivitas belajar akutansi pada siswa dengan menggunakan metode monopoli.

Hal ini membuktikan bahwa metode monopoli sangat efektif sebagai media peningkatan pengetahuan, metode ini dapat digunakan untuk memberikan pengalaman menarik bagi siswa dalam memahami suatu konsep, menguatkan konsep yang telah dipahami atau memecahkan masalah (Hamdani,2011).

Berdasarkan dari penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Hairunnisa (2012) di SDN 021 Samarinda bahwa dari 241 siswa terdapat 26 orang yang mengalami obesitas atau sebesar 11% dari populasi mengalami obesitas, dan dari penelitian ini ditemukan bahwa ada hubungan antara asupan karbohidrat, protein dan lemak terhadap kejadian obesitas. Kebanyakan anak yang mengalami obesitas kurang mengkonsumsi buah dan sayur yang merupakan sumber serat. Serat pada sayur dan buah tidak bisa dicerna oleh tubuh dan memberikan rasa kenyang yang lebih lama sehingga

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

No	Pengetahuan	Pre-Test				Post-Test			
		Kontrol		Eksperimen		Kontrol		Eksperimen	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Kurang	6	19	11	27,5	8	25	0	0
2	Cukup	23	72	28	70	23	72	0	0
3	Baik	3	9	1	2,5	1	3	40	100
	Jumlah	32	100	40	100	32	100	40	100

Sumber : Data Primer, 2015

menghindari dari makan yang berlebihan. Menurut data Riskesdas di Provinsi Kaltim kecenderungan proporsi kurang makan buah dan sayur cenderung meningkat dari 91,8% pada tahun 2007 dan 93,5% pada tahun 2013.

Penelitian Dewi (2013) membuktikan ada hubungan yang signifikan antara konsumsi sayur dan buah terhadap risiko obesitas pada anak obesitas. Hal ini juga didukung oleh penelitian Irfan (2013) bahwa hampir semua responden yang mengalami obesitas jarang mengkonsumsi sayur dan buah. Bahwa kurangnya konsumsi serat yang terdapat pada sayur dan buah akan meningkatkan risiko obesitas. Dari masalah-masalah yang ada ini peneliti ingin melakukan penelitian di SDN 021 sebagai obyek penelitian.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah *quasy eksperiment* dengan rancangan *pretest-posttest* dengan kelompok kontrol yaitu pengelompokan anggota kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2015 di SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda. Populasi adalah keseluruhan objek yang diteliti. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 021 Samarinda berjumlah 159 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Purposive Sampling*, pada kelompok eksperimen sebesar 43 siswa dan pada kelompok control sebanyak 36 siswa. Analisis data yang digunakan yaitu Uji *T Paired* jika data berdistribusi normal, tetapi jika tidak berdistribusi normal menggunakan uji *Mann-Whitney*.

Tabel 2. Distribusi Rerata Nilai Pengetahuan *Pre-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

No	Kelompok	n	Uji Man-Whitney Sig
1	Eksperimen	40	0,238
2	Kontrol	32	

Tabel 3. Distribusi Rerata Nilai Pengetahuan *Post-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

No	Kelompok	n	Uji Man-Whitney Sig
1	Eksperimen	40	0,000
2	Kontrol	32	

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Sikap Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

No	Sikap	Pre-Test				Post-Test			
		Kontrol		Eksperimen		Kontrol		Eksperimen	
		n	%	n	%	n	%	N	%
1	Kurang	0	0	2	5	0	0	0	0
2	Cukup	13	41	15	37,5	13	41	0	0
3	Baik	19	59	23	57,5	19	59	40	100
	Jumlah	32	100	40	100	32	100	40	100

Sumber : Data Primer, 2015

Tabel 5. Distribusi Rerata Nilai Sikap *Pre-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

No	Kelompok	n	Uji Man-Whitney Sig
1	Eksperimen	40	0,678
2	Kontrol	32	

Tabel 6. Distribusi Rerata Nilai Sikap *Post-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

No	Kelompok	n	Uji Man-Whitney Sig
1	Eksperimen	40	0,000
2	Kontrol	32	

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Tindakan Siswa Kelompok Kontrol dan Eksperimen SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

No	Tindakan	Pre-Test				Post-Test			
		Kontrol		Eksperimen		Kontrol		Eksperimen	
		n	%	n	%	n	%	n	%
1	Kurang	1	3	0	0	1	3	0	0
2	Cukup	12	38	23	57,5	15	47	0	0
3	Baik	19	59	17	42,5	16	50	40	100
Jumlah		32	100	40	100	32	100	40	100

Sumber : Data Primer, 2015

Tabel 8 Distribusi Rerata Nilai Tindakan *Pre-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

No	Kelompok	n	Uji Man-Whitney Sig
1	Eksperimen	40	0,403
2	Kontrol	32	

Tabel 9 Distribusi Rerata Nilai Sikap *Post-test* Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Pada SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda

No	Kelompok	n	Uji Man-Whitney Sig
1	Eksperimen	40	0,027
2	Kontrol	32	

Pembahasan

Pengaruh Permainan Media Monopoli Terhadap Peningkatan Pengetahuan

Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi tingkat pengetahuan pada saat *pre-test*, responden pada kelompok kontrol maupun kelompok eksperimen yang tertinggi ada pada kelompok cukup yaitu sebesar 23 orang (72%) dan 28 orang (70%). Kemudian kategori paling rendah kelas eksperiment maupun kelas kontrol yaitu pada kelompok baik yaitu masing-masing 3 orang (9%) pada kelompok kontrol dan 1 orang pada kelompok eksperiment yang mempunyai pengetahuan baik.

Hasil penelitian pada tabel 2 didapatkan bahwa pendistribusian data tidak normal, maka untuk mengetahui nilai pengetahuan *pre-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda digunakan uji *mann-whitney* dan diperoleh nilai $p (0,238) > \alpha$

(0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna pengetahuan *pretest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Setelah diketahui hasil nilai pengetahuan Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda saat posttest pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol selanjutnya dilakukan perbandingan rerata kedua nilai posttest tersebut.

Hasil pada tabel 3 didapatkan bahwa pendistribusian data tidak normal, maka untuk mengetahui nilai pengetahuan sesudah dilakukan intervensi dengan permainan monopoli pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda digunakan uji *mann-whitney* dan diperoleh nilai $p (0,000) < \alpha (0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengetahuan *posttest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, adanya pengaruh permainan monopoli

buah dan sayur dalam meningkatkan pengetahuan siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Hamdalah (2011), Siti (2014) yang hasilnya terdapat pengaruh pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan media permainan pada kelompok perlakuan dan disimpulkan bahwa permainan monopoli dapat dijadikan alternatif yang tepat sebagai media dalam menyampaikan informasi karena mempunyai resistensi yang lebih baik dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat dan sangat cocok jika disampaikan kepada ibu rumah tangga. Sebelum diberikan intervensi, banyak responden yang tidak mengetahui bahwa porsi makan buah dan sayur adalah 5 porsi, memakan buah sebelum makan dan buah dan sayur yang mengenyangkan lebih lama daripada nasi karena kandungan seratinya. Setelah diberikan intervensi berupa permainan responden meningkat pengetahuannya.

Pengalaman bermain monopoli yang merupakan media transfer ilmu dalam pengetahuan pola konsumsi buah dan sayur memberikan pengalaman baru bagi anak dalam penerimaan pengetahuan jadi lebih mudah karena pengalaman siswa dalam melakukan penginderaan terhadap pengetahuan yang dilakukan dalam suasana bermain. Karena bermain adalah hal yang disukai anak, jadi tanpa sadar anak telah belajar dan memahami pengetahuan mengenai pola konsumsi buah dan sayur tanpa merasa terpaksa sehingga transfer ilmu terjadi dengan menyenangkan.

Pengaruh Permainan Monopoli Terhadap Sikap Siswa

Tabel 4 menunjukkan distribusi frekuensi tingkat sikap responden pada kelompok kontrol dan eksperimen saat *pre-test* masing-masing kelompok penelitian memiliki sikap baik yang 19 orang (59%) mempunyai sikap baik, 13 orang (41%) yang mempunyai sikap cukup dan tidak ada yang memiliki sikap kurang pada kelompok kontrol, sedangkan pada kelompok eksperimen nilai tertinggi ada pada sikap baik yaitu 23 orang (57,5%) dan terendah pada sikap kurang yaitu 2 orang (5%). Kemudian setelah seminggu dilakukan lagi *post-test*

ternyata hasil dari *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol yaitu memiliki nilai yang sama yaitu 19 orang (59%) mempunyai sikap baik, 13 orang (41%) yang mempunyai sikap cukup dan tidak ada yang memiliki sikap kurang, sedangkan pada kelompok eksperimen yang diberikan permainan monopoli terjadi peningkatan sikap yaitu semua responden yaitu 40 orang (100%) memiliki sikap baik terhadap pola konsumsi buah dan sayur dan tidak ada yang memiliki sikap cukup maupun kurang.

Hasil penelitian pada tabel 5 didapatkan bahwa pendistribusian data tidak normal, maka untuk mengetahui nilai sikap *pre-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda digunakan uji *mann-whitney* dan diperoleh nilai $p (0,678) > \alpha (0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna sikap *pretest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Setelah diketahui hasil nilai sikap Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda saat *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol selanjutnya dilakukan perbandingan rerata kedua nilai *posttest* tersebut. Perbandingan rerata tersebut dilakukan dengan uji statistik *mann-whitney* dengan tingkat kepercayaan 95%. Hasil pada tabel 6 didapatkan bahwa pendistribusian data tidak normal, maka untuk mengetahui nilai sikap sesudah dilakukan intervensi dengan permainan monopoli pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda digunakan uji *mann-whitney* dan diperoleh nilai $p (0,000) < \alpha (0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengetahuan *posttest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, adanya pengaruh permainan monopoli buah dan sayur dalam meningkatkan sikap siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda. Jannah (2011) yang juga menunjukkan adanya peningkatan sikap pada siswa yang diberikan metode permainan ular tangga tentang media pesan gizi seimbang. Dan juga pada penelitian Awalliyana (2013) bahwa ada pengaruh permainan

kartu kuartet terhadap perbedaan tingkat sikap dalam pemeliharaan kesehatan gigi dan mulut di SDN 008 Sempaja Selatan.

Jenis permainan yang dapat digunakan salah satunya adalah monopoli. Permainan ini dipilih karena anak tidak perlu mengeluarkan banyak energi ketika memainkannya. Apa yang telah dan sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulus social. Untuk dapat menjadi dasar pembentukan sikap, pengalaman pribadi haruslah meninggalkan kesan yang kuat. Karena itu, sikap akan lebih mudah terbentuk apabila pengalaman pribadi tersebut terjadi dalam situasi yang melibatkan factor emosional.

Pengaruh Permainan Monopoli terhadap Tindakan Siswa

Tabel 7 menunjukkan distribusi frekuensi tingkat tindakan responden pada kelompok kontrol dan eksperimen saat *pre-test* masing-masing kelompok penelitian memiliki tindakan baik yang 19 orang (59%) dan 12 orang (38%) yang mempunyai tindakan cukup dan tidak ada yang memiliki tindakan kurang pada kelompok kontrol, sedangkan pada kelompok eksperimen nilai tertinggi ada pada tindakan kategori cukup yaitu 23 orang (57,5%), tindakan kategori baik yaitu 17 orang (42,5%) dan tidak ada yang memiliki tindakan kurang. Kemudian setelah seminggu dilakukan lagi *post-test* pada kelompok kontrol ternyata hasil dari *pre-test* dan *post-test* pada kelompok kontrol tidak jauh berbeda nilainya yaitu tertinggi pada tindakan kelompok baik yaitu 16 orang (50%) dan terendah pada kelompok kurang yaitu 1 orang (3%) sedangkan pada kelompok eksperimen yang diberikan permainan monopoli setelah dilakukannya observasi langsung ke rumah orang tua setelah seminggu dilakukannya intervensi terjadi peningkatan tindakan yaitu semua responden yaitu 40 orang (100%) memiliki sikap baik terhadap pola konsumsi buah dan sayur dan tidak ada yang memiliki tindakan cukup.

Hasil penelitian pada Tabel 8 didapatkan bahwa pendistribusian data tidak normal, maka untuk mengetahui nilai sikap *pre-test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol siswa SDN 021

Sungai Kunjang Samarinda digunakan uji *mann-whitney* dan diperoleh nilai $p(0,403) > \alpha(0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan yang bermakna tindakan *pretest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Hasil pada Tabel 9 didapatkan bahwa pendistribusian data tidak normal, maka untuk mengetahui nilai tindakan sesudah dilakukan intervensi dengan permainan monopoli pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol Siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda digunakan uji *mann-whitney* dan diperoleh nilai $p(0,027) < \alpha(0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengetahuan *posttest* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, adanya pengaruh permainan monopoli buah dan sayur dalam meningkatkan tindakan siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian afif (2013) juga menunjukkan adanya peningkatan praktik yang diberikan permainan ular tangga dalam peningkatan pengetahuan, sikap dan praktik kesehatan gigi dan mulut. Hal ini juga didukung oleh penelitian Herawati (2013) melalui permainan *puzzle* pada siswa dapat meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan makanan sehat dan aman.

Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan atau kognitif merupakan domain penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Pada perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Melakukan tindakan gosok gigi secara mandiri tanpa harus diperintah oleh orang tua mereka, walaupun masih ada beberapa responden yang masih dipaksa atau disuruh orangtuanya untuk makan buah dan sayur setiap hari. Peningkatan perilaku tersebut didasari dengan pengetahuan dan penerapatan dalam bentuk sikap dan tindakan yang positif dapat bertahan lama (Darwita, 2011). Setelah diberikan pengetahuan tentang pentingnya pola konsumsi buah dan sayur setiap hari, seiring berjalannya waktu responden yang masih diperintah untuk makan konsumsi buah dan sayur akan bisa melakukan kegiatan tersebut secara mandiri.

Kesimpulan

Ada pengaruh bermakna antara pengetahuan, sikap dan tindakan sebelum dan sesudah diberikan intervensi media kalender yang artinya hal tersebut menunjukkan adanya pengaruh permainan monopoli dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan pola konsumsi buah dan sayur pada siswa SDN 021 Sungai Kunjang Samarinda. Hasil uji statistik menggunakan Uji Wilcoxon diperoleh nilai $>(0.05)$ pada pengetahuan, $>(0.05)$ pada sikap dan $>(0.05)$ pada tindakan. Untuk pengetahuan pola konsumsi buah dan sayur secara efektif dapat dilaksanakan oleh pihak sekolah dengan adanya pendidikan secara formal dan adanya bimbingan dari petugas kesehatan dengan metode bermain karena karakter anak-anak yang suka bermain. Selain itu, pada sikap dan tindakan pembuatan media visual yang dapat memberikan informasi kepada siswa SDN 021 Samarinda tentang pentingnya konsumsi buah dan sayur.

Daftar Pustaka

- Alqo, R.U. *Pengaruh Permainan Metode Pembelajaran Kooperatif dengan Menggunakan Media Permainan Monopoli Terhadap Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran Akutansi Kelas XI IPS di MAN Tlogo Blitar*. Skripsi Akutansi FE Universitas Negeri Malang. Diakses tanggal 28 oktober 2014, 2010.
- Awalliyana, A.P. *Pengaruh Permainan Kartu Bergambar (KWARTET) Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Praktik dalam Pemeliharaan Kesehatan Gigi dan Mulut pada Siswa /i Kelas V SDN 008 Samarinda*. FKM UNMUL. Samarinda, 2012.
- Darwita, R.R. *Efektivitas Program Sikat Gigi Bersama Terhadap risiko Karies Gigi pada Murid Sekolah dasar*. J Indon Mec Assoc, 2011.
- Dewi, Y. *Persepsi dan Perilaku Makan Buah dan Sayur pada Anak Obesitas dan Orang Tua*. Jurnal ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya Vol 2 No 1. Diakses tanggal 23 Oktober 2014, 2013.
- Irfan. *Pola Konsumsi Sayur, Buah, dan Aktivitas Sedentari Mahasiswa Obesitas di Universitas Hasanuddin*. Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Masyarakat. Diakses tanggal 23 Oktober 2014, 2013.
- Hairunnisa. *Hubungan Asupan Makanan Protein, Karbohidrat, Lemak dan Aktivitas Fisik*. Skripsi: Fakultas Kesehatan Masyarakat, 2012.
- Hamdani. *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: CV. Pustaka Setia, 2011.
- Hamdalah, A. *Perbedaan efektifitas metode ceramah dengan media cerita bergambar dan ceramah dengan media Permainan Ular Tangga dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Praktik Kesehatan Gigi dan Mulut*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Jember. Diakses tanggal 22 Maret 2015, 2013.
- Herawati. *Perbedaan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Sebelum dan Sesudah Penyuluhan Makanan Sehat dan Aman dengan Metode Bermain Puzzle pada Anak kelas 3 SDN Muhammadiyah 4 terpadu Samarinda*. FKM UNMUL. Samarinda, 2013.
- Jannah, N.J. *Pengaruh Permainan Ular Tangga Sebagai Media Pesan Gizi Seimbang Terhadap pengetahuan, Sikap dan Tindakan pada Siswa SDN 002 Samarinda*. FKM UNMUL. Samarinda, 2011.
- Kopelman PG., Caterson I, and Dietz WH. *Clinical Obesity in adults and Children*, 2nd Ed, Blackwell Publishing, 2005.
- Notoatmodjo, S. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2007.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). *Pola konsumsi Buah dan Sayur Usia ≥ 10 tahun*, 2013
- Siti, H. *Pengaruh Permainan Monopoli Pintar Budaya Bangsa terhadap Prestasi Belajar pada Pembelajaran Tematik Terintegrasi Siswa Kelas IV SD Negeri 4 Purwodadi*. Diakses tanggal 25 oktober 2015 dari <http://mhsblog.ac.id>, 2014.
- Wulandari, E. *Penerapan Model Cooperative Learning Tipe Student Teams Achievement Division (STAD) Berbantu Media Monopoli Dalam Peningkatan Aktivitas Belajar Akutansi Siswa Kelas X Akutansi 2 SMK Negeri 1 Godean Tahun Ajaran 2011/2012*. Jurnal Pendidikan Indonesia Vol X No 1. Diakses tanggal 28 oktober 2014, 2012.